

Fóðring á ósæð

Eðlileg ósæð er um 2-3 cm í þvermál en getur stundum vikkað og myndað gúl af óþekktum ástæðum.

Ósæðargúll er yfirleitt einkennalaus og finnst oftast fyrir tilviljun, en hættu er á að gúllinn rifni og alvarleg blæðing verði. Því er mikilvægt að fylgjast með gúlnum og gera við hann þegar stærð eða lögun gefur til kynna hættu á að hann rifni.

Í vissum tilfellum er hægt að fódra æðina að innan með stoðneti sem klætt er gerviefni, í stað þess að gera stóra opna aðgerð. Álag á líkamann er minna en við opna aðgerð og dvöl á sjúkrahúsi styttri. Á mótí kemur að þörf fyrir eftirlit með myndrannsóknum er tíðara næstu árin og möguleiki á viðbótar-inngripum.

Hreyfing og næring

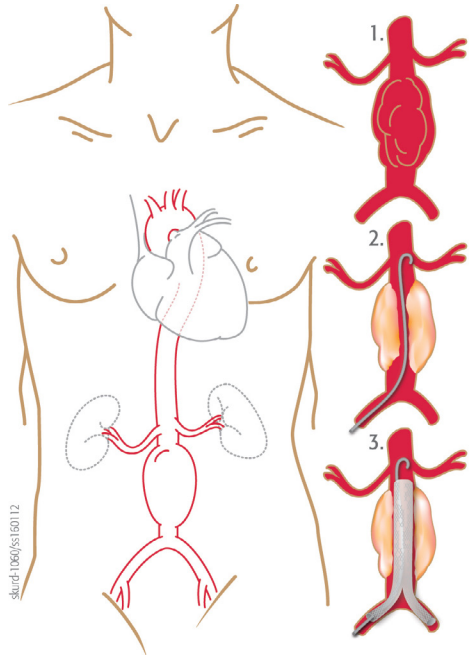
Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarríkan mat, taka inn fjölvítamín og drekka orku- og próteinríka næringardrykki dagana fyrir aðgerð.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Blóðþynningarlyf og sykursýkislyf

Þeir sem taka inn blóðþynningarlyfið hjartamagnýl (magnýl) eiga að halda því áfram fram að aðgerð. Hætta þarf töku annarra blóðþynningarlyfja ásamt ákveðnum tegundum lyfja við sykursýki (sem innihalda metformín) og er það gert í samráði við sérfræðilækni.



Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netspjall, símaráðgjöf og fræðsluefni).

Aðstæður heima

Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar geta aðstoðað við að fá heimilishjálp og/eða heimahjúkrun ef þörf er á.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Þegar aðgerðardagur nálgast er sjúklingur boðaður í innskrift á innskriftarmiðstöð göngudeild skurðlækninga B3 á 3. hæð Landspítala í Fossvogi. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Þar fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, lækni æðaskurðdeildar og svæfingalækni. Spurt verður um heilsufar, gerð lækni skoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir og fyrir hana þarf að greiða.

Rannsóknir

Ýmsar rannsóknir eru gerðar fyrir aðgerðina til undirbúnings svo sem blóðrannsókn, hjartalínurit, hjartaómun, fráblástursmæling á lungum og lungnamynd.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum, röntgenskuggaefni eða öðru. Svæfingalæknir metur hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Kvöldið fyrir aðgerð

Sturta með sóttþreinsandi sápu

Nauðsynlegt er að fara í sturtu kvöldið fyrir aðgerð til að draga úr hættu á sýkingu í skurðsári. Notaðu þarf sérstaka sóttþreinsandi sápu sem er afhent í innskriftarviðtali. Ekki má nota svitalyktareyði, krem, förðunarvörur, naglalakk, ilmefni eða skartgripni eftir sturtuna og klæðast þarf hreinum fötum. Skipta þarf á rúmfötum áður en farið er í sturtuna.

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefnis kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.

Annar undirbúningur

Gott er að hafa með á spítalann snyrtivörur, tannbursta, inniskó, slopp eða þægileg föt og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausu hringingu.

Aðgerðardagur

Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi að morgni aðgerðardags.

Á deildinni er aftur farið í sturtu og notuð sóttþreinsandi sápa.

Fyrir aðgerðina þarf að vera búið að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist.

Aðgerðin tekur um tvær klukkustundir og er gerð á æðapræðingarstofu í samvinnu röntgenlækna og æðaskurðlækna. Þar fer fram frekari undirbúningur:

- Settur er bláæðaleggur í handlegg til nota við lyfja- og vökvagjöf.
- Settur er þvagleggur í þvagblöðruna.
- Aðgerðin er gerð í staðdeyfinu á nárasvæði. Í einstaka tilvikum er þörf á svæfingu.
- Stundum þarf að halda niðri í sér andanum meðan ákveðnar myndir eru teknar.
- Ýmist er gerður skurður eða lítil stungugöt í báða nára.

Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni ef þess er óskað. Gott er að einn úr fjölskyldunni sé tengiliður við sjúkrahúsið.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild í 4-6 klukkustundir og síðan á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar þangað en hægt er að hringja og fá upplýsingar um líðan.

Verkir

Verkjameðferð getur verið utanbastsdeyfing (mænudeyfing) auk hefðbundinna verkjalyfja í töfluformi eða í æð. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita um verki svo hægt sé að bregðast við þeim. Markmið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt.



Öndun

Súrefni er gefið eftir þörfum. Öndunaræfingar eru nauðsynlegar til að minnka hættu á lungnabólgu og mikilvægt er að gera þær eftir leiðbeiningum sjúkráþjálfara.

Þvagleggur

Þvagleggur er settur í þvagblöðruna í aðgerðinni til að fylgjast með þvagútskilnaði og er hann yfirleitt fjarlægður næsta dag. Þegar þvagleggurinn er fjarlægður getur borðið á þvagtrengðu og því er mikilvægt að láta vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

Matur og drykkur

Sjúklingur fær mat og drykk þegar komið er aftur á legudeild.

Skurðsár

Stungugötum er lokað með stökum saumum og límplástri. Ef þurfti að gera skurð í nára er honum lokað með málmheftum og plástri. Plástur er fjarlægður á öðrum degi eftir aðgerð.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og minnka hættu á blóðsegamyndun. Setjast má í stól og ganga daginn eftir aðgerð. Nauðsynlegt er að gera fótaæfingar og breyta um stöðu í rúminu á milli þess sem farið er fram úr rúmi, farið á göngu og sest í stól. Starfsfólk deildar og sjúkráþjálfari aðstoða við hreyfingu og æfingar eftir þörfum.

Andleg líðan

Búast má við breytingum á andlegri líðan í tengslum við veikindi. Starfsfólk er reiðubúið að ræða við sjúkling og fjölskyldu um líðan þeirra. Einnig er hægt að fá viðtal við aðra fagaðila sem veita sálrænan stuðning.

Fylgikvillar

Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerðina, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu. Mögulegir fylgikvillar eru til dæmis sýking í skurðsári, blæðing í skurðsvæði og skert blóðflæði til fótleggja með verkjum.

Fyrir útskrift þarf að vera búð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum
- Endurkomutíma hjá æðaskurðlækni
- Útprintað lyfjakort með lista yfir þau lyf sem á að taka

Útskrift

Útskrift er áætluð tveimur dögum eftir aðgerð.

Mikilvægt er að koma reglulega í eftirlit með stoðnetum í ósæð og verður fyrsta myndrannsókn bókuð um fjórum vikum eftir aðgerð. Eftirlitið tryggir langtíma árangur aðgerðarinnar. Eftirlit fer fram með tölvusneiðmynd eða ómskoðun sem gerð er yfirleitt eftir einn mánuð, sex mánuði og svo árlega í nokkur ár.

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sumir þurfa verkjalyf fyrst um sinn. Eftir því sem frá líður og verkir minnka er rétt að draga úr verkjalyfjanotkun. Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek.

Mataræði

Ekki ekki þörf á að breyta mataræði vegna aðgerðar, en mikilvægt er að borða hollan mat til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Ef lystarleysi er til staðar getur verið gott að borða oftar en minna í einu. Hægt er að kaupa næringardrykki í apótekum. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamínjafa sérstaklega yfir vetrartímenn.

Þvaglát og hægðir

Mikilvægt er að halda hægðum mjúkum og koma í veg fyrir hægðatregðu, sérstaklega hjá þeim sem taka inn verkjalyf. Mælt er með því að borða trefjaríka fæðu, svo sem ávexti, grænmeti og gróft brauð, og drekka sveskjusafa einu sinni til tvisvar á dag. Einnig má nota hægðamykjandi mixtúru sem fæst í lyfjaverslun án lyfseðils. Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum vegna aðgerðarinnar.

Skurðsár og bað

Merki um sýkingu í stungugötum eða skurðsári í nára geta komið fram eftir heimferð. Fylgjast þarf með útliti skurðsárs daglega fyrstu vikuna með tilliti til roða, bólgu og vessa. Gott er að nota spegil við að skoða sárin en forðast þó alla óþarfa snertingu við skurðsár. Óhætt er að fara í sturtu og þerra sárið mjúklega með hreinu handklæði eftir sturtuna. Ekki er ráðlegt að fara í baðker eða sund fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að ár eftir aðgerð. Hefti og saumar í skurðsárum verða fjarlægðir í endurkomutíma hjá lækni.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í þrjár vikur eftir aðgerð og varast að lyfta eða bera þunga hluti (yfir 5 kg) t.d. innkaupapoka, á meðan skurðsár og vefirnir undir þeim eru að gróa. Nauðsynlegt er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur. Gott er að skipuleggja hreyfinguna og auka hana smám saman.

Heimilisaðstoð

Félagsleg heimaþjónusta er í boði fyrir þá sem þurfa eftir aðgerðir. Upplýsingar má fá í síma 411 1111 eða á heilsugæslustöð.

Vinna

Ákvörðun um það hvenær óhætt er að byrja aftur að vinna er tekin í endurkomutíma hjá lækni og vottorð vegna fjarvista afgreidd.

Hafa þarf samband við æðaskurðeild ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Stöðugir verkir þrátt fyrir verkjalyf
- Versnandi verkir, sár eða litabreytingar á fótum
- Stöðug ógleði eða uppköst
- Stækkandi roði eða bólga er við skurðsár
- Vandamál eru með þvaglát eða hægðatregða sem lagast ekki
- Andþyngsli, uppgangur eða mæði

Í neyðartilvikum er leitað á bráðamóttöku eða hringt í 112

Símanúmer

Göngudeild skurðlækninga B3 (innskrift)	543 2060
Dagdeild A5, opin virka daga frá kl. 7 til 22	543 7570
Æðaskurðeild A4	543 7354
Vöknunardeild	543 7905
Ritari æðaskurðeildar	543 7464

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Verkir

Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Oftast er um að ræða verki sem tengjast skurðsvæði. Mismunandi er hvernig fólk upplifir verki og þarf verkjameðferð að taka mið af reynslu hvers og eins. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata.

Verkjalýf

Taka á verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin. Erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalýfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalýfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalýfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

<p>Verkjalýf tekin reglulega: Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?</p> <p>Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?</p>	<p>Viðbótar-verkjalýf: Lyf: Skammtur: Hversu oft má taka lyfið?</p>
--	---

Algengar aukaverkanir verkjalýfja

Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

Hægðatregða

Vinna má gegn hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft kornmeti, grænmeti og þurrkaða ávexti. Einnig er hægt að kaupa trefjahylki eða duft í apóteki eða matvöruverslun. Nauðsynlegt er að drekka um það bil 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki. Aðrar ráðleggingar geta átt við þegar um er að ræða skurðaðgerð á ristli.

Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalyf eru notuð.

Slævandi áhrif

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Ekki er æskilegt að nota heita eða kalda bakstra á skurðsár meðan það er að gróa.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Ef verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja
- Ef aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf
- Ef ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Ef mikill sljóleiki er til staðar